令和6年度　4月　食事だより　波子保育所

	月	火	水	木	金	土
おかず	1/ お花見キーマカレー フライドポテト マカロニサラダ 果物	2/ 入所式 	3/ 味噌ラーメン 厚揚げの煮物 小松菜のツナ和え 果物	4/ 魚のマヨネーズ焼き ひじきの煮物 にら納豆 果物	5/ 高野豆腐のそぼろ煮 大学芋 ブロッコリーの塩っぺ和え 果物	6/ にゅうめん 果物
未満児	ヨーグルト・トマト		牛乳・ウインナー	牛乳・味噌汁	牛乳・味噌汁	
おやつ	フルーツポンチ		わかめおにぎり	ジャムサンド	ツナそぼろおにぎり	
おかず	8/ しゅうまい チョレギサラダ じゃが芋の味噌汁 果物	9/ 焼うどん ボイルウインナー ブロッコリーのごま和え 果物	10/ ししゃもの磯辺揚げ かぼちゃの煮物 春雨サラダ 果物	11/ 豆腐と鶏肉のケチャップ煮 ラーパーツァイ さつま芋サラダ 果物	12/ 肉じゃが うずら豆の甘煮 レタスの味噌ドレッシングサラダ 果物	13/ 焼きそば 果物
未満児	ヨーグルト・トマト	牛乳・味噌汁	牛乳・味噌汁	牛乳・味噌汁	牛乳・味噌汁	
おやつ	ココアプリン	鮭おにぎり	パインカップケーキ	コーンご飯	麩のラスク	
おかず	15/ ビーフンカレー炒め 豆菜サラダ アーモンドカルシウム 果物	16/ おからナゲット ブロッコリーのおかか和え スパゲティ和風サラダ 果物	17/ 魚のごまだれかけ 切干大根の焼きそば風 春野菜の味噌汁 果物	18/ 山菜の天ぷら 山菜のきんぴら ささみの酢の物 果物	19/ みそ焼肉 カボチャサラダ 胡瓜の塩っぺ和え りんご	20/ コーンクリームスパゲティ 果物
未満児	ヨーグルト・味噌汁	牛乳・味噌汁	牛乳・ウインナー	牛乳・味噌汁	牛乳・味噌汁	
おやつ	ごま味噌団子	たけのこ春ちらし	のりおにぎり	スノーボール	ポップコーン	
おかず	22/ ごぼうのボロネーゼパスタ ブロッコリーのごま味噌かけ 高野豆腐の味噌汁 果物	23/ 魚のケチャップ煮 キャベツのみそ炒め 胡瓜の酢の物 果物	24/ 大豆の五目煮 切干大根のごま酢和え アーモンドカルシウム 果物	25/ 唐揚げ ポテトサラダ 白菜ののり和え 果物	26/ 厚揚げのお好み焼き風 きんぴらごぼう 花畑サラダ 果物	27/ カレーうどん 果物
未満児	ヨーグルト・トマト	牛乳・味噌汁	牛乳・味噌汁	牛乳・味噌汁	牛乳・味噌汁	
おやつ	ゆかりおにぎり	ココアトースト	豆腐ドーナツ	豆乳くずもち	みそさばそぼろご飯	
おかず	29/ 昭和の日 	30/ チャプチェ さつま芋のオレンジ煮 小松菜のおかかマヨネーズ和え 果物				
未満児		牛乳・味噌汁				
おやつ		手巻き寿司				

旬の食べ物…新玉葱、スナップえんどう、たけのこ、あすっこ
にら、よもぎ、いちご、ネーブル、あさり

調理室より

１年間よろしくお願いします。

ご入園ご進級おめでとうございます。保育所ではアレルギーのお子さんもみんなと一緒に食事が出来るように乳製品と卵を使用しない献立になっています。安全に楽しく体験や学びながら食事ができるようにお子さんの成長を保護者の方々と見守っていきたいと思います。１年間よろしくお願いいたします。

保育所の給食について

主菜…肉、魚、大豆製品を使用
副菜…野菜、海藻、大豆製品を使用
果物
おやつ…９時（未満児のみ）**ヨーグルト、牛乳**
３時　炭水化物を中心に、噛めるおやつやビタミンを補える捕食にお茶か牛乳を添えます。

乳製品アレルギー児代替として**おにぎり豆乳**を提供します。

天然だし…いりこだしを主に使用しています。
旬の食材…季節に合った旬の野菜を使用し、食べやすい味つけや調理法に工夫します。
楽しい工夫…見た目から食べたくなるように彩りに気を付けています。

かめ組
それぞれのお子さんにあった食事を提供します。
２回食は１食、３回食は２食おやつがつきます。
食材調査票の食材を全て食べ終えると幼児食に移行します。

らっこ・ぺんぎん組
９時と３時におやつがあります。昼食にはごはん、主菜、副菜、果物があります。食べやすいように昼食に味噌汁がつきます。

くじら・あしか・いるか組
保育所で子どもたちがお米を研いで炊きます。
昼食には主菜、副菜、果物が、３時にはおやつがあります。